إرشادات الحياة القصيرة

Jackson Brown JR

ترجمة محمود أغيورلي

إرشادات الحياة القصيرة

كتاب إرشادات الحياة القصيرة هو كتاب كتبه جاكسون براون لابنه قبل ذهابه للدراسة في الجامعة وكان يقصد ان يكتب في بداية الامر صفحة او اثنتين كما يذكر في موقعه الا انه استمر في الكتابة لينهي خمسون صفحة مليئة بالنصائح الصغيرة والمتنوعة وكان اول من نوه الى هذا الكتاب الكاتب المبدع في صحيفة الرياض السعودية فهد عامر الاحمدي بمقالة كتب فيها بعضاً من نصائحه ومن ثم الحق بها مقالة ثانية ولما فيه هذا الكتاب من نصائح مفيدة ويذكر ان هذا الكتاب عُد من اسرع الكتب انتشاراً حول العالم وقد اعتلى قائمة اكثر الكتب مبيعا لدى عدة صحف امريكية وفيما يلي ترجمة الكتاب لما فيه من نصائح خفيفة لطيفة على الذهن تفيد في حين .. وتضيف الابتسامة في حين آخر ... لكم أجمل الامنيات بقراءة ممتعة

محمود أغيورلي

1 - أطر ثلاثة اشخاص كل يوم

2 - امتلك حيواناً أليفاً

3 - شاهد غروب الشمس مرة كل سنة على الاقل

4 - تذكر أعياد ميلاد اصدقائك

5 - صافح بقوة

6 - احرص على النظر إلى أعين مُحدثيك

7 - أكثر من قول " شكراً "

8 - أكثر من قول " من فضلك "

9 - لا تخبر أحداً انك تتبع حمية غذائية

10 - تعلم العزف على اداة موسيقية

11 - غني اثناء استحمامك

12 - استخدم شفرة حلاقة جيدة

13 - تعلم احدى الخدع الورقية

14 - ازرع ورودا في فصل الربيع

15 - امتلك نظام استريو موسيقي كبير

16 - بادر بالسلام دوماً

17 - عش وفقاً لمبادئك

18 - لاتشتري سيارة باهظة الثمن .. ولكن عندما يأتي الامر لشراء منزل فلشتري المنزل الاغلى الذي يمكنك شرائه

19 - اشتري الكتب المفيدة .. حتى لو لم تكن تنوي قرائتها اليوم

20 - سامح نفسك .. والاخرين أيضا

21 - احفظ ثلاث نكات ظريفة

22 - احرص على تلميع حذائك دوما

23 - لمع أسنانك كل ستة اشهر
24 - اشرب نخب يومك ..حتى لو لم تكن هنالك مناسبة لذلك
25 - اطلب علاوة على راتبك عندما تشعر انك تستحق ذلك
26 - ان دخلت قتالاً .. كن اول من يضرب .. واضرب بشدة
27 - أعد كل الاشياء التي استعرتها من قبل
28 - إحضر الدورات التعليمية مهما كبرت في العمر
29 - قم بالتدريس في فترة من الفترات
30 - لاتشتري منزلا بعيداً عن مأخذ مياه الاطفاء
31 - اشتري كل شيء يبيعه الاطفال امام منازلهم
32 - قد ولو مرة في حياتك سيارة مكشوفة
33 - عامل الناس كما تحب ان تُعامل
34 - تعلم الفرق بين موسيقى شوبان و موزارت و بيتهوفن
35 - ازرع شجرة في يوم عيد ميلادك
36 - تبرع مرتين بالدم كل عام
37 - اصنع دوما صداقات جديدة .. دون ان تهمل القديمة
38 - احفظ الاسرار
39 - التقط صورا كثيرة
40 - خذ اطفالك الى حديقة الحيوان
41 - لاتؤجل سعادتك
42 - اكتب عبارة شكرا وضعها في مكان تراه زوجتك
43 - لاتفقد الامل من اي شخص .. فالمعجزات تحدث كل يوم
44 - احترم مدرسيك

45 - احترم رجال الشرطة والاطفاء

46 - احمد الله بعد كل وجبة طعام

47 - لا تصرف وقتك في تعلم التحايل على سوق الاموال المالية

48 - لاتكن سريع الغضب

49 - اشتري خضارك من المزارعين الذين يكتبون لائحة اسعارهم بخط يدهم

50 - لاتنسى اغلاق انبوب معجون الاسنان

51 - اخرج القمامة من المنزل قبل ان يخبرك احدٌ بذلك

52 - لا تعرض نفسك كثيرا للشمس

53 - صوت في الانتخابات .. فهذه مسؤولية واجبة عليك

54 - فاجىء من تحب بهدية غير متوقعة على الاطلاق

55 - توقف عن لوم الناس .. وتحمل مسؤلية افعالك دوماً

56 - ادخر دوما 10% من راتبك الشهري

57 - انظر الى نصف الكأس الممتلىء دوما

58 - لاترد يداً مُدت اليك

59 - كن المثال الافضل للحب والعدل والطيبة لأولادك

60 - اعترف بأخطائك

61 - اطلب من احد استلام بريدك وصحفك اليومية عندما تغادر مدينتك .. فتلك هي اول ما ينظر اليه من يخطط الى سرقتك

62 - استخدم حس الفكاهة للتسلية لا للاهانة

63 - تذكر كل الاخبار التي تعرض على التلفاز مُنحازة

64 - تعلم التصوير الضوئي

65 - عندما تعلق في زحمة السير .. دع السيارات التي امامك تسير قليلا ومن ثم سر انت

66 - لا تكرر اخطائك وتعلم منها

67 - احرص دوما على التفوق وكن مستعدا لبذل الجهد لذلك

68 - كن شجاعا .. وان لم تكن فادع ذلك .. فلا احد يعلم الفرق !

69 - تعلم كيف تُصفر

70 - عانق اطفالك بعد تأديبهم

71 - تعلم كيف تصنع شيئاً جميلا بواسطة يديك على ظلال الانوار

72 - امنح ملابسك التي لم ترتدي منذ ثلاث سنوات الى الفقراء

73 - لا تنسى ذكرى زواجك

74 - كُل الاجاص المجفف

75 - تعلم ركوب الدراجات الهوائية

76 - اختر احدى الجمعيات الخيرية في منطقتك وادعمها بكرم .. بمالك و بوقتك

77 - لا تتهاون في فحوصاتك الطبية الدورية

78 - ان دُعيت الى مقابلة عمل لست مهتما به كثيرا . إذهب .. لا تترك اي فرصة تذهب سدى .. واستمع دوما للعرض الذي سيقدمه لك الطرف الآخر

79 - ابتعد عن المخدرات .. وابتعد عن اولئك الذين يتعاطون المخدرات

80 - ارقص بهدوء

81 - امتنع عن الملاحظات الساخرة

82 - ابحث عن المطاعم النظيفة .. والتي فيها عازفون موسيقيون

83 - في العمل وفي العلاقات العائلية تذكر الثقة هي اهم شيء

84 - لا تصدق ما يعرض في المسلسلات

85 - ابتعد عن التدخين

86 - لاتشجع احداً على ان يصبح محامياً

87 - حتى لو كنت مقتدراً .. فعليك ان تجعل اولادك يعملون لكي يدفعوا رسومهم الجامعية

88 - حتى لو كنت مقتدراً ... فعليك ان تجعل اولادك يعملون لكي يشتروا سياراتهم الخاصة

89 - احرص على اعادة تدوير الصحف والعلب المعدنية والعبوات الزجاجية

90 - دوما املأ علب الثلج بعد استخدامها

91 - لا تسمح لاحد بأن يراك وانت في حالة سُكر

92 - لاتستثمر في البورصة ما لا يمكنك تحمل خسارته

93 - اختر زوجتك بعناية ... لانها مسؤولة عن 90% من سعادتك او تعاستك

94 - اجعل من عادتك القيام بأمور جميلة لاشخاص دون ان تخبرهم بذلك

95 - احضر حفلات إعادة لَمِ الشمل المدرسية

96 - أعر فقط الكتب التي لا تنوي اعادة قرائتها

97 - احرص دوما على ان يكون على مد نظرك شيئاً جميلا حتى لو كانت زهرة نرجس صغيرة

98 - تعلم كيفية الكتابة على الكمبيوتر بسرعة

99 - لتكن اهدافك كبيرة .. وارضى بالملذات الصغيرة

100 - لاتشتري سيارة لونها " بيج "

101 - تعلم كيفية قراءة التقارير المالية والايعازات الضريبية

102 - اخبر اطفالك كم انت فخورٌ بهم .. وكم انت تثق بهم

103 - استخدم بطاقات الائتمان فقط في حالات الضرورة ولیس بصورة دائمة

104 - امشي يوميا نصف ساعة

105 - قدم لنفسك مَسَاجاً في يوم عيد ميلادك

106 - إياك والغش أو التحايل على الآخرين

107 - ابتسم كثيراً .. فالابتسامة تعني الكثير

108 - عندما تكون في مقابلة عمل لا تطلب اكثر من كأسٍ واحدة .. وان لم يطلب احدٌ شيئاً لاتطلب انت شيئاً

109 - تعلم كيفية قيادة السيارة بنظام غيار يدوي

110 - استيقظ دوما قبل موعدك عملك بنصف ساعة ... وبهذا ستزيد سنتك سبعة ايام ونصف

111 - اياك والتجديف على الله .. او تدنيس المقدسات

112 - لاتتوقع من الناس الاستجابة لنصائحك التي لا تقوم انت بها من الاساس

113 - تعلم اسماء الزهور والطيور والاشجار التي تعيش حولك

114 - احرص على وجود مطفأة حريق في مطبخك وفي سيارتك

115 - اقرأ القرآن مرة كل عام على الأقل

116 - احرص على كتابة وصيتك

117 - ركب اقفال يدوية على ابواب منزلك الخارجية

118 - لاتهدر الاموال في شراء النبيذ او الحقائب او الساعات اليدوية

119 - ضع الكثير من المارشميلو في كأس الشوكولاتة الخاص بك

120 - تعلم كيفية القيام بانعاش قلبي

121 - قاوم كل الاغراءات التي تدفعك لشراء قارب بحري

122 - توقف وأقرأ المعلومات التاريخية التي توضع على الطرق او امام المواقع السياحية
123 - تعلم الاستماع .. فبعض الفرص تقرع الابواب احيانا بهدوء تام
124 - تعلم كيفية تبديل عجلات سيارتك
125 - تعلم كيفية إرتداء ربطة العنق
126 - احترم خصوصية اطفالك .. واقرع الباب قبل دخولك إلى غرفهم
127 - عند ارتدائك بزة رسمية احرص على ارتداء سراويل داخلية عوضا عن الملابس الداخلية الاعتيادية
128 - تذكر اسماء الاشخاص من حولك
129 - تعرف على مدير البنك الذي تتعامل معه .. فمن الضروري ذلك
130 - احرص دوما على اعادة غطاء الحمام الى مكانه
131 - لاتشتري الادوات الرخيصة
132 - تقبل اطفالك كما هم .. وليس كما تريدهم ان يكونوا
133 - عندما يتحدث احدهم عن موقف مهم حَدث معه لا تحاول ان تطغى عليه بقصة حدثت معك .. اترك لهم الساحة .. اترك لهم الضوء
134 - احتفظ دوما بنسخة عن مفتاح منزلك في سيارتك في حال نسيت الاصلية داخل المنزل
135 - شذب اسنانك وإبردها
136 - استخدم ملمعات الاسنان واحرص على بياض اسنانك دوما
137 - لتكن ساعتك مبكرة خمس دقائق عن الوقت الحقيقي
138 - عندما تفاوض على مرتبك الشهري .. دوما اطلب ما يزيد عما تريد ب 10%
139 - لا تحرم الناس من الامل .. فقد يكون هو الشيء الوحيد المتبقي لهم

140 - عندما تبدأ حياتك لا تتململ من قلة الاموال . فنقص التمويل قد يكون نعمة لك لا نقمة .. والتفكير المبدع لا يأتي الا في الاوقات الضيقة

141 - عندما يسيء اليك شخص ما .. فلا ترد عليه الا بعد مضي ساعة كاملة .. وان كانت الاهانة كبيرة جداً فأجل ردك الى اليوم التالي

142 - ادفع مخالفاتك المرورية على الفور

143 - اشترك في دوري البيسبول للهواة

144 - العب كرة البولينج

145 - احرص على وجود مصباح صغير وبطاريات اسفل سريرك وفي علبة سيارتك أيضاً

146 - عندما تلعب مع اطفالك دعهم يربحون عليك

147 - اغلق التلفاز اثناء تناول الطعام

148 - ابحث عن مطعم يقدم طعامه بنظام طاولة الطعام الدوارة

149 - استغني عن احدى وجبات طعامك مرة في الاسبوع واعط ما يعادلها لمحتاج ما في الطريق

150 - إن بدأ صحبك بالانشاد .. فأنشد معهم !

151 - كون علاقة جيدة مع محام متميز .. ومحاسب محترف .. و سمكري جيد

152 - إلتمس لاخوانك عُذراً

153 - عندما يعزف النشيد الوطني قم وتأهب وضع يدك على صدرك احتراما له

154 - لا تسجل رسالة هزلية على جهاز الاجابة الالية الخاص بهاتف منزلك

155 - احتفظ بنسخة من وصيتك عند احد اقربائك المقربين

156 - اسعى للتفوق . .لا للكمال

157 - استمتع باستنشاق رائحة الزهور

158 - عندما تدعو الله .. إطلب الحكمة والعلم .. لا تطلب المال والحاجيات

159 - كن مُصراً .. ولا تكن متعنتاً

160 - لا تنسى ربط حزام الامان عند ركوبك سيارتك

161 - خض فحوصاتك الطبية الدورية .. وافحص اسنانك بانتظام

162 - رتب دوما مكتب عملك

163 - في يوم من الايام عند خروجك من مرآب السيارات .. ادفع رسوم السيارة التي تليك .. كبادرة جيدة

164 - كن دقيقا في نقل المعلومات .. واحرص على دفع الآخرين الى ذلك

165 - لا تضع الوقت في الرد على منتقديك

166 - ابتعد عن الاشخاص السلبيين

167 - لا تتمنع عن ترفيه نفسك لانك تريد ان تحتفظ باموالك لاولادك لاحقاً !

168 - عندما تكن مديراً .. فلا تحكم موظفيك بطريقة محددة للقيام بامر ما .. فقط اخبرهم عن الامر الذي تحتاجه .. ودعهم يقومون به بالطريقة التي يريدون .. وسوف تتفاجىء بالطرق المبدعة دوما

169 - كن طبيعياً .. وابتعد عن التصنع

170 - كن بارعا بعملك

171 - لا تـيأس ابدا من احلامك . .فالرجل الذي يمتلك الاحلام الكبيرة خير من ذلك الذي يلتزم بالوقائع الصغيرة

172 - لا تثق بأي سياسي

173 - كن ألطف مما يجب دوما

174 - شجع اطفالك على العمل الجانبي بعد عامهم السادس عشر

175 - اعط الناس فرصة ثانية .. ولكن لاتعطهم الثالثة

176 - اقرأ جيدا كل وثيقة تتطلب توقيعك
177 - لا تقم بأي ردة فعلٍ وانت غاضب
178 - تعلم كيفية تميز توافه الامور .. ومن ثم تجاهلها
179 - كن افضل صديق لزوجتك
180 - ابذل الجهد دوماً .. ولكن لاترهق نفسك اكثر مما يجب
181 - كُن رومانسيا
182 - عرف الناس بمبادئك التي تعتمد وتلك التي لا تعتمد في حياتك
183 - حارب التميز والتحيز ولاتنساق خلفهما
184 - لا تترك عملك قبل ان تؤمن غيره
185 - لا تنتقد مديرك مهما حدث .. وان كنت غير راض عن عملك فقدم استقالتك
186 - كن فُضوليا دوما .. واحرص على طرح الاسئلة التي تدور في نفسك مهما كانت
187 - قيم الناس على قدر اخلاقهم .. لا على قدر أموالهم
188 - كن الشخص الايجابي والاكثر حماساً على الاطلاق
189 - تعلم كيفية اصلاح صنبور الحمام المعطوب
190 - عندما تدخل غرفة عملك .. ادخلها بثقة وبهيئة مناسبة
191 - لا تقلق ان لم تستطع شراء افضل ما يمكن شرائه لاطفالك .. ولكن احرص دوما على تقديم افضل ما يمكن تقديمه لهم
192 - اشرب الحليب منخفض الدسم
193 - لاتكثر من وضع الملح في الطعام
194 - قلل من تناول اللحم الاحمر
195 - احكم على جيرانك من تصرفاتهم فيما بينهم

196 - فاجىء جارك باحد اطباقك المفضلة التي تعدها بنفسك .. واعطه وصفته

197 - لاتنسى ان اهم حاجة نفسية لدى الناس جميعاً هي احساسهم بأنهم مُهِمون وان عملهم ينال التقدير الملائم له

198 - ضع 10 ليرات في عداد موقف السيارات لسيارة غريب ان وجدت ان وقته قد انتهى

199 - ارصف سيارتك في آخر مصف عند دخولك الاسواق .. فالسير مفيد لك .. والمواقف القريبة مفيدة لبعضهم اكثر منك

200 - لا تشاهد برامج العنف على التلفاز ولا تشتري المنتجات التي تدعمها

201 - لا تحمل الحقد على اقرانك

202 - اظهر احترامك لكل شيء من حولك

203 - عندما تستعير سيارة من صديق ..إملأ خزان الوقود قبل اعادتها

204 - اختر عملاً يتلائم مع مبادئك

205 - لا تنفعل .. واهدأ .. فكل شيء عدا الموت والحياة لا اهمية له كما يبدو في بداية الامر

206 - اعمل بإخلاص .. فهذا هو الاستثمار الامثل الذي يمكن ان تقدمه للحياة

207 - ضع اهدافا قريبة المدى .. وأُخرى بعيدة المدى

208 - راقب سرعتك وانت تسير بسيارتك

209 - احضر معارض الحرفين والفنانين في المدارس الثانوية واشتري دوما شيئاً منهم

210 - التزم بتحسين نفسك دوما

211 - خذ كلبك الى مدرب كلاب لكي يتعلم الطاعة